

СЕРИЯ: ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА
(научная специальность 5.8.4)

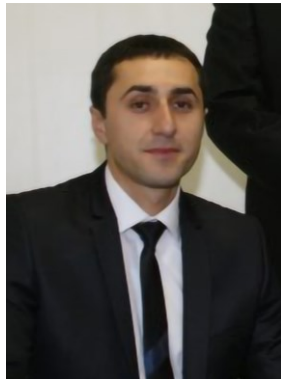
Культура физическая и здоровье. 2024. №1 (89). С. 9-12.
Physical Culture and Health. 2024, 1 (89), 9-12.

Научная статья

УДК 796

DOI: 10.47438/1999-3455_2024_1_9

**АНАЛИЗ СРЕДСТВ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ КУРСАНТОВ-ВЕРТОЛЁТЧИКОВ**



Залим Владимирович Абазов ¹, Алий Махтиевич Хитиев ²,
Радмир Мухамбетович Черкесов ³, Инга Владимировна Гуазова ⁴

*Кабардино-Балкарский государственный университет им. Х. М. Бербекова ^{1, 2, 4}
Нальчик, Россия*

*Северо-Кавказский институт повышения квалификации (филиал) Краснодарского университета МВД России ³
Нальчик, Россия*

¹ Старший преподаватель Института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования
тел.: +7(909)490-23-22, e-mail: abazov_zal041@mail.ru
ORCID 0009-0003-7923-4079

² Аспирант
тел.: +7(939)999-16-99, e-mail: alyhitiev@yandex.ru
ORCID 0009-0001-4673-0450

³ Преподаватель кафедры физической подготовки
тел.: +7(967)419-07-77, e-mail: radmir.therkesov@mail.ru
ORCID 0000-0003-0245-3938

⁴ Преподаватель Института педагогики, психологии и физкультурно-спортивного образования
тел.: +7(967)419-07-77, e-mail: guazova@yandex.ru
ORCID 0009-0004-7220-7120

Аннотация. В статье представлен анализ средств физической подготовки для совершенствования профессионально важных качеств курсантов-вертолётчиков. Физическая подготовка в последние годы приобретает все большее значение в части профессионального развития человека. Для специалистов некоторых профессиональных сфер важнейшее значение имеет уровень физической подготовки специалистов и к числу таких профессий относятся вертолётчики. Совершенствование профессионально значимых качеств курсантов-вертолётчиков посредством инструментов физической подготовки является актуальным вопросом, так как, не смотря на техническое совершенствование самих вертолетов и высокую степень автоматизации процессов управления, пилот является ключевым звеном и уровень предъявляемых к нему требований очень высок. Данная профессиональная деятельность имеет свою специфику, которую необходимо учитывать при разработке системы физической подготовки. Авиационная техника, используемая в настоящее время военными, оснащена по последнему слову техники, автоматизированы многие процессы, но уровень персональной ответственности пилота еще высок и его действия имеет важнейшее значение. Именно по этой причине уровень подготовки курсантов-вертолётчиков должен быть высоким. Курсанты-

вертолетчики должны обладать очень хорошим здоровьем. Резервы здоровья должны быть большими, это позволит обеспечить высокий уровень качества выполнения ими своих военно-профессиональных обязанностей.

Ключевые слова: физическая подготовка, военная подготовка, профессия, физические качества, пилот, психологические факторы, физическое развитие, вертолетчик, выносливость, напряжение.

Для цитирования: Анализ средств физической подготовки для совершенствования профессионально важных качеств курсантов-вертолётчиков / З. В. Абазов, А. М. Хитиев, Р. М. Черкесов [и др.] // Культура физическая и здоровье. 2024. № 1. С. 9-12. DOI: 1047438-1999-3455_2024_1_9.

Введение

Уровень физической подготовки специалистов для некоторых профессий имеет важнейшее значение. Успешная реализация своих профессиональных обязанностей невозможна без определенного уровня физической подготовки. Сфера военной деятельности относится именно к перечню таких профессий. Высокий уровень ответственности, к примеру, свойствен для профессионального военного вертолетчика. Именно по этой причине к курсантам, обучающимся управлению вертолетами, предъявляются очень высокие требования в части уровня их физической подготовки [3, с. 220].

Результаты

На личностное, профессиональное, физическое развитие курсантов влияют реализуемые в процессе физической подготовки мероприятия:

- формирование фундаментальных, общих характеристик личности, к примеру таких как: уверенность, целеустремленность, умение контролировать свои эмоции и координировать свои действия; высокий уровень работоспособности, смелость, находчивость, умение быстро реагировать на изменения, решительность. Наличие указанных личностных характеристик способствует эффективному выполнению своих профессиональных обязанностей и оперативному решению поставленных задач. Профессионалам в данной сфере необходимо оперативно, четко реализовать свои профессиональные обязанности, при этом учитывать риски и сводить их к минимуму;

- формирование знаний, навыков и умений, которые позволяют эффективно действовать в экстремальных условиях, умений быстро принимать рациональные решения и нести ответственность за последствия, умений проводить анализ и составлять прогнозы относительно текущей ситуации, развивать мотивацию к совершенствованию своих профессиональных качеств, профессиональную готовность к выполнению военных задач, высокую физическую подготовленность [6, с. 159].

До сих пор в научных кругах нет четкого определения понятия «физическое развитие». Данное понятие можно рассматривать в широком и узком смысле. При рассмотрении данного понятия в широком смысле, под физическим развитием следует понимать систему функциональных и морфологических критериев, которые определяют функционирование человека с биологической точки зрения [10, с. 79].

Система физического воспитания и развития курсантов имеет свои особенности, которые определены спецификой профессиональной деятельности. Программа физического воспитания и развития курсантов направлена на развитие не только физических параметров, но и на развитие личностных характеристик, что и определяет ее содержание. Так компоненты, которые и определяют

структуру физического воспитания и развития включает следующие компоненты: содержательный, оценочный, производственный, объективный, организационный и методический блоки [7, с. 60].

Реализация вопросов совершенствования системы физического развития курсантов - это направление, реализуемое в рамках объективного блока модели. Задачи рассматриваются как компонент профессионально-личностной подготовки военного специалиста. Объективный блок реализуется на соблюдении ряда принципов: непрерывность процесса физического воспитания; нагрузки и отдых реализуется системно и периодически; физическое развитие и практика взаимодействуют; повышение нагрузок осуществляется поэтапно; направления физической подготовки оптимизируются в соответствии с возрастом курсантов; проводимые занятия направлены по повышению уровня здоровья [1, с. 388].

Организационно-методический блок включает формы, методы, которые включают общие и частные приемы педагогической работы, способы обучения двигательным навыкам, методы тренировки физических качеств и средств. К методам тренировочного процесса относят комплексы физических упражнений. Важнейшее значение имеют и сопутствующие факторы: санитарно-гигиенические условия; природные условия. Факторы способны оказывать положительное влияние на организацию тренировочного процесса, что в свою очередь позволит укреплять здоровье и повышать уровень физического развития курсанта. Кроме того, наличие таких факторов позволит в значительной степени повысить уровень мотивации будущего военнослужащего [9, с. 51].

Важно объективно оценивать результаты физической подготовки и развития курсантов. Данная задача реализуется посредством разработки и применения соответствующих критериев. Критерии оценки уровня физической подготовки и развития курсантов содержатся в оценочно-результативном блоке. Разработка критериев производится на основе концепции физического развития в качестве фактора формирования профессиональных, личностных качеств будущего военного специалиста. К примеру, такими критериями являются: высокая мотивация, стремление к достижению поставленных целей; наличие теоретических знаний и практических навыков; состояние здоровья; уровень функциональных возможностей [8, с. 59].

Основная задача системы физической подготовки курсантов-летчиков – это формирование высокого уровня физической и психологической подготовленности курсанта к управлению авиационной техникой любой сложности. Одной из задач является и формирование высоких адаптационных возможностей организма к учебно-тренировочным нагрузкам и военно-профессиональным нагрузкам. В большинстве исследований, которые посвящены изучению учебной и боевой деятель-

ности вертолётчиков, обозначено, что системное использование поэтапно усложняющейся оптимальной физической нагрузки способствует совершенствованию человеческих резервов курсанта [2, с. 145].

Выводы

Таким образом, для профессиональной деятельности вертолётчиков характерны свои особенности, которые определяют требования к профессионально-личностной характеристике вертолётчиков. Одна из таких особенностей – высокий уровень адаптации к высоким пилотажным перегрузкам. Система физической подготовки и развития направлена на формирование профессиональных навыков и умений военного пилота. Для курсантов важны такие физические характеристики как мышечная сила, высокая статическая мышечная выносливость. Для достижения соответствующей мышечной силы и необходимой статической выносливости мышц необходимо выполнять комплексы комплексов силовых и дыхательных упражнений, имитирующие воздействие перегрузок на организм вертолётчика. При разработке программы по силовой подготовке курсантов-вертолётчиков в рамках учебно-боевой деятельности необходимо учитывать, что одна из основных целей – это выработка

навыков предельного мышечного напряжения и развития статической мышечной выносливости. Кроме того, важно особое внимание уделять комплексам развития повышенного уровня устойчивости организма курсанта к субмаксимальным и максимальным статическим напряжениям. Для курсантов важно сформировать силы, которые позволят выполнять движения в медленном темпе. Специфические особенности деятельности специалистов в области военного дела регламентируют выбор специальных задач по реализации физической подготовки вертолётчиков. К числу специальных задач относятся развитие эмоциональной устойчивости и формирование стабильного психоэмоционального состояния вертолётчика; развитие внимания и тонкой двигательной координации; умения быстро ориентироваться в пространстве; развитие адаптационных возможностей и быстрого реагирования на резко меняющиеся внешние и внутренние факторы.

Конфликт интересов

Авторы декларируют отсутствие явных и потенциальных конфликтов, интересов, связанных с публикацией настоящей статьи.

Библиографический список

1. Акамов В. В., Мишастый А. М. Профессионально-прикладная физическая подготовка военнослужащих // Саранский кооперативный институт (филиал) Российского университета кооперации. - 2016. С. 388-390.
2. Борисов А.В., Буриков А.В., Елькин Ю.Г. Особенности организации занятий по физической подготовке с военнослужащими противовоздушной обороны и противоракетной обороны в режиме служебного времени // Современные наукоёмкие технологии. - 2019. - № 12-1. - С. 144-148.
3. Важенин Ю.А. Особенности формирования профессионально важных качеств военнослужащих средствами физической подготовки и спорта // Заметки учёного. 2021. № 1. С. 218-222.
4. Володин В. Н., Яковлев Д. С. Совершенствование физической подготовки военнослужащих // Новая наука: Современное состояние и пути развития. - 2016. - № 5-2. С. 35-37.
5. Гончаров, В.И. Факторы лидерства в системе отношений воинских подразделений в взводах // Учёные записки университета им. П.Ф. Лесгафта. - 2018. - №8 (162). - С. 223-226.
6. Елькин Ю. Г. Методологическое обоснование средств и методов физического воспитания военнослужащих // Вестник Ярославского высшего военного училища противовоздушной обороны. 2019. № 12 (4). С. 156-160.
7. Методика физической подготовки лётного состава для формирования психофизиологической устойчивости к воздействию перегрузок маневрирования / К.И. Засядько, Е.А. Фленов, А.П. Вонаршенко, М.Н. Язлюк // Вопросы здравоохранения. - 2016. - № 2. - С. 52- 62
8. Тё, С. Э. Теоретические и методические основы профессионально-прикладной физической подготовки военнослужащих : монография. Омск : СибГУФК, 2019. - 239 с.
9. Физическая подготовка в подразделении : учебно-методическое пособие. - Минск : БНТУ, 2017. - 73 с.
10. Хайдукова, Н. Ю. Физическая подготовка военнослужащих // Исследования молодых учёных : материалы ХLI Междунар. науч. конф. (г. Казань, июнь 2022 г.). - Казань : Молодой учёный, 2022. - С. 77-81.

References

1. Akamov V.V., Mishasty A.M. Vocational and applied physical training of military personnel. Saransk Cooperative Institute (branch) of the Russian University of Cooperation. - 2016. P. 388-390.
2. Borisov A.V., Burikov A.V., Elkin Yu.G. Features of organizing physical training classes for air defense and missile defense servicemen during duty time. Modern science-intensive technologies. - 2019. - No. 12-1. - pp. 144-148.
3. Vazhenin Yu.A. Features of the formation of professionally important qualities of military personnel by means of physical training and sports. Notes of a scientist, No. 1, 2021. P. 218-222.
4. Volodin V.N., Yakovlev D.S. Improving the physical training of military personnel. New science: Current state and ways of development. - 2016. - No. 5-2, pp. 35-37.
5. Goncharov, V.I. Leadership factors in the system of relations between military units in platoons. Scientific Notes of the University named after P. F. Lesgaft. - 2018. - No. 8 (162), pp. 223-226.
6. Elkin Yu. G. Methodological substantiation of means and methods of physical education of military personnel // Bulletin of the Yaroslavl Higher Military School of Air Defense. 2019. No. 12 (4), pp. 156-160.
7. Methods of physical training of flight personnel for the formation of psychophysiological resistance to the effects of maneuvering overloads. K.I. Zasyadko, E.A. Flenov, A.P. Vonarshenko, M.N. Yazlyuk. Health Issues. - 2016. - No. 2. - P. 52-62

8. Tyo, S. E. Theoretical and methodological foundations of professional and applied physical training of military personnel: monograph. S. E. Tyo, S. Yu. Tyo. Omsk, Siberian State University of Physical Culture and Sports publ., 2019. - 239 p.

9. Physical training in the unit: educational and methodological manual. Minsk, Belarusian National Technical University publ., 2017. - 73 p.

10. Khaidukova, N. Yu. Physical training of military personnel. Research of young scientists: materials of the XLI International. scientific conf. (Kazan, June 2022). - Kazan, Molodoi uchenyi publ., 2022, pp. 77-81.

Поступила в редакцию 15.12.2023

Подписана в печать 28.03.2024

Original article

UDC 796

DOI: 10.47438/1999-3455_2024_1_9

ANALYSIS OF PHYSICAL TRAINING MEANS FOR IMPROVEMENT OF PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES OF HELICOPTER CADETS

Zalim V. Abazov ¹, Aliy M. Khitiev ², Radmir M. Cherkosov ³, Inga V. Guazova ⁴

Kabardino-Balkarian State University named after Kh. M. Berbekov ^{1, 2, 4}
Nalchik, Russia

North Caucasus Institute of Advanced Training (branch) of Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of Russia ³
Nalchik, Russia

¹ Senior Lecturer at the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Culture and Sports Education

ph.: +7(909)490-23-22, e-mail: abazov_zal041@mail.ru

ORCID 0009-0003-7923-4079

² Postgraduate student

ph.: +7(939)999-16-99, e-mail: alyhitiev@yandex.ru

ORCID 0009-0001-4673-0450

³ Teacher of the Department of Physical Training

ph.: +7(967)419-07-77, e-mail: radmir.therkesov@mail.ru

ORCID 0000-0003-0245-3938

⁴ Lecturer at the Institute of Pedagogy, Psychology and Physical Education and Sport Education

ph.: +7(967)419-07-77, e-mail: guazova@yandex.ru

ORCID 0009-0004-7220-7120

Abstract. The article presents an analysis of physical training tools for improving the professionally important qualities of helicopter cadets. In recent years, physical training has become increasingly important in terms of a person's professional development. For specialists in some professional fields, the level of physical training of specialists is of utmost importance, and helicopter pilots are one of these professions. Improving the professionally significant qualities of helicopter cadets through physical training tools is a pressing issue, since despite the technical improvement of the helicopters themselves and the high degree of automation of control processes, the pilot is a key link and the level of requirements placed on him is very high. This professional activity has its own specifics, which must be taken into account when developing a physical training system. Aviation equipment currently used by the military is equipped with the latest technology, many processes are automated, but the level of personal responsibility of the pilot is still high and his actions are of utmost importance. It is for this reason that the level of training of helicopter cadets must be high. Helicopter cadets must be in very good health. Health reserves should be large, this will ensure a high level of quality in the performance of their military professional duties.

Keywords: physical training, military training, profession, physical qualities, pilot, psychological factors, physical development, helicopter pilot, endurance, tension

Cite as: Abazov, Z. V., Khitiev, A. M., Cherkosov, R. M., Guazova, I. V. (2024) Analysis of physical training means for improvement of professionally important qualities of helicopter cadets. *Physical Culture and Health*. (1), 9-12. (In Russ., abstract in Eng.). doi: 10.47438/1999-3455_2024_1_9.

Received 15.12.2023

Accepted 28.03.2024